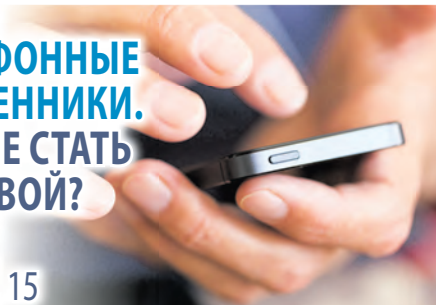


НАШ
РЕПОРТАЖ.
ВТОРАЯ
ЖИЗНЬ
СКОШЕННОЙ
ТРАВЫ. СТР. 7



ТЕЛЕФОННЫЕ
МОШЕННИКИ.
КАК НЕ СТАТЬ
ЖЕРТВОЙ?

СТР. 14, 15



УЧАСТНИК ШТУРМА
БЕРЛИНА АНДРЕЙ
КВИТА — О ВОЕННОМ
ЛИХОЛЕТЬЕ
И ОДНОПОЛЧАНАХ.

СТР. 12



РАСПРОСТРАНЯЕТСЯ
БЕСПЛАТНО И ПО ПОДПИСКЕ

16-22 ИЮНЯ 2022 № 26 (12997)

Вечерний Минск

ТИРАЖ
103 651

ИЗДАЕТСЯ С НОЯБРЯ 1967 ГОДА
ВЫХОДИТ 1 РАЗ В НЕДЕЛЮ ПО ЧЕТВЕРГАМ

MINSKNEWS.BY | 92,4 FM

Здравствуйте, доктор!

В эту профессию
идут по призванию.
Врач лечит
и словом, и делом.

Стр. 8-10

Прием юных пациентов в 17-й городской детской
клинической поликлинике ведет детский
травматолог-ортопед Алексей Римашевский.

Фото Ирины МАЛИНОВСКОЙ



t.me/minsknews_by

twitter.com/minsknews_by

www.facebook.com/minsknews

ok.ru/minsknews

vk.com/minsknews_by

www.youtube.com/minsknews_by

www.instagram.com/minsknews

[vm.tiktok.com/
@minsknews.by](https://vm.tiktok.com/@minsknews.by)

Прогноз благоприятный

Столичная медицина получит новый импульс

Заместитель председателя Мингорисполкома Артем Цуран встретился с трудовым коллективом 1-й клинической поликлиники Центрального района.

— Медицина — это самая затратная часть городского бюджета, — отметил он в своем выступлении. — Однако благодаря тому, что в стране не было остановки производства, связанной с пандемией коронавируса, эконо-

мика развивалась, и мы можем говорить о дальнейшем развитии наших медучреждений.

Как рассказала главный врач поликлиники Елена Иванова, там оказывают помощь по 17 медицинским специальностям. Выполнять все пункты демографической программы позволяют хорошая укомплектованность кадрами и современное техническое оснащение.



Заместитель председателя Мингорисполкома поздравил коллектив поликлиники с наступающим Днем медицинского работника и ответил на вопросы о развитии столицы.

Екатерина ЦИРКУН, фото Сергея ПОЖОГИ

«Дети — они пластичные»

— Мне очень нравится детская ортопедия, а ведь сначала хотел быть только травматологом. По окончании медицинского университета меня распределили в 17-ю детскую поликлинику врачом травматологом-ортопедом, параллельно трудился в приемном отделении Республиканского научно-практического центра травматологии и ортопедии. Поработал так два года и решил остаться в поликлинике. Пятый год пошел, и я ни разу не пожалел.

Осанка любит плавание. Только нужно, чтобы ребенок плавал на спине или брассом.

— А что вам нравится в своей специальности?

— Детей очень люблю. Нравится видеть результат своей работы. Это же классно, когда могу помочь. Той же девочке, у которой осанка исправилась, малышу, у которого ножки ровненькие стали... Дети пластичные, у них косточки податливые... Вообще, в детской ортопедии постоянно что-то новое. Здесь нет таких четких алгоритмов лечения, как, например, в хирургии.

— Ребенок родился. Когда его нужно показывать детскому ортопеду?

— В первые три месяца, чтобы исключить дисплазию тазобедренных суставов, деформацию стоп.

— У малышки, ей еще года нет, ножки колесом...

— Ничего страшного. До 10 месяцев ножки кругом — это нормально. Больше нужно волноваться родителям, если одна ножка полукругом, а другая прямая... А когда обе колесом, это может быть из-за того, что ребенок пухленький, раньше года пошел или витамина D не хватает. В общем, пережи-

Всё по РОСТУ

«Это же классно, когда могу им помочь». Детский травматолог-ортопед Алексей Римашевский — о маленьких пациентах и беспокойстве родителей



Чтобы ребенок держал спинку ровно, родители должны его контролировать. Конечно, на приеме доктор скажет мальчику (девочке), как правильно держать спинку, чтобы она потом не болела — для профилактики нарушения осанки, сколиоза. Но... ребенок выйдет из кабинета и через пять минут все забудет.

вать не надо, просто выполнять рекомендации и наблюдать у врача, приходит ли раз в полгода на осмотр. Кстати, после года ножки могут «на икс пойти» (когда коленки соприкасаются, ножки в разные стороны. — Прим. авт.). И это тоже не повод для беспокойства. В целом у девочек свод стопы формируется до шести лет, у мальчиков — к семи-восьми годам.

хочет, так и ходит. Ребенок может и пальчики поджимать, и ножки неправильно ставить, и на носочках ходить». Единственная причина по линии ортопедии (когда малыш ходит на носочках) — это укорочение сухожилия (оно недоразвилось, и пятка идет вверх). Но в этом случае ребенок не просто ходит, он даже стоит на носочках, потому что не может опустить пятку. Не по-

Топ-топ, топает малыш

— Маленький ребенок ходит на носочках...

— А кто его учил правильно ходить? Малыш встал и пошел, как ему удобно. Всегда говорю родителям: «До трех лет не трогайте походку человека. Пусть как

лучается у него. Физически невозможно.

— И что делать? Это страшно?

— Это лечится.

— Малышу, который еще не разговаривает, купили ботиночки. Как понять, что ему в них удобно?

— Обувь должна быть по размеру.

Для хорошей осанки есть пять базовых упражнений. Первые два — «кошечка», «лодочка». Третье — «планка»: делается упор лежа, как при отжимании, только отжиматься не надо. Четвертое упражнение выполняют у стенки. Становимся к ней спиной, пальчиками рук дотрагиваемся до пальчиков ног, потом выпрямляемся, расправив плечи, и прижимаемся головой и плечами к стенке. В таком положении надо постоять три секунды. Пятое упражнение делаем лежа на животе — поднимаем правую руку и левую ногу и наоборот, будто барахтаемся в воде. Занимаемся так минимум 20-30 минут в сутки. Время занятий можно разделить на небольшие отрезки, условно говоря, на пятиминутки. Кстати, все эти упражнения хорошо помогают при сутулости.

Ольга ГРИГОРЬЕВА, фото Ирины МАЛИНОВСКОЙ

Важно знать

Корсет, а это корректор осанки, не лечит позвоночник. Цель его ношения — не выпрямить позвоночник, потому что это невозможно, а воспитать привычку держать спину прямо. В школе носить такой корсет нельзя, потому что ходить в нем можно не более 4 часов в сутки, а сразу после снятия 5-7 минут необходимо выполнять упражнения ЛФК. Носить корсет можно только после консультации с врачом-ортопедом. Старшеклассникам рекомендую ходить в нем только на уроках физкультуры.

Пандемия коронавируса: самоизоляция, физическая активность снизилась до минимума... И количество «корсетных» сколиозов у детей и подростков существенно выросло!

— Тютелька в тютельку?

— На полразмера больше допускается. Иногда родители покупают на два размера больше: ваты в ботинок напихают — пусть ходит. Это неправильно.

Если у малыша в новой обуви изменилась походка, значит, ему явно что-то мешает. Замечали, как ребенок плетется за мамой, капризничает, садится прямо на дорогу и пытается снять туфли? Все просто: ему неудобно, а мама возмущается, заставляет его обуться. А у малыша стопа вывернулась... Да пусть он снимает эти туфли! Мама, купите ему новые, удобные!